FPC/DSTP/0001

****

Instituto de Capacitación para el Trabajo

del Estado de Quintana Roo

# Dirección General

Dirección Técnica-Académica

PROGRAMA DE CURSO NO REGULAR

***“MASAJE RELAJANTE CON VARAS DE BAMBÚ”***

**HORAS: 20**

|  |
| --- |
| PRESENTACIÓN |
| El Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana Roo con base al programa de estudios de especialidad de Técnico Terapeuta en Servicios de Masaje, ha elaborado el curso **“Masaje relajante con varas de bambú”** que servirá como apoyo opcional a las alumnas que finalizaron la especialidad o se encuentran cursando la misma, ya que aprenderán un técnica más ampliando sus conocimientos y ser más competitivas en el ámbito laboral.  Este programa está compuesto por dos unidades y nueve temas, que explicarán el uso y beneficios en el masaje utilizando las varas de bambú:  Unidad 1.- Historia del masaje con varas de bambú  Beneficios del masaje  Indicaciones y contraindicaciones del masaje  Elaboración de ficha clínica  El bambú y sus propiedades  Preparación del área  Unidad 2.- Técnicas de masaje con varas de bambú  2.1 Masaje en supino  2.2 Masaje en prono  2.3 Masaje facial  2.4 Puntos estratégicos de shiatsu en rostro |

|  |
| --- |
| JUSTIFICACION |
| Este programa **“Masaje relajante con varas de bambú”** es realizado a solicitud de los capacitandos que han tomado cursos de la Especialidad de “Técnico Terapeuta en Servicios de Masaje” y que desean actualizarse con nuevas técnicas, siendo esta técnica de mayor interés y popularidad en materia de masajes relajantes, así como ampliar sus conocimientos para ofertar a la comunidad que solicita este tipo de servicios. |

|  |
| --- |
| **OBJETIVO GENERAL DEL CURSO** |
| Al finalizar el curso **“Masaje relajante con varas de bambú”**, el capacitando será capaz de proporcionar un servicio de masaje relajante utilizando las varas de bambú de manera eficiente y eficaz, aplicando todas las herramientas y técnicas aprendidas, tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene. |

|  |
| --- |
| **DIRIGIDO A** |
| El curso “Masaje Relajante con Varas de Bambú” está dirigido al público en general.  El aspirante que desee ingresar a este curso, deberá cubrir los siguientes requisitos:   * Aplicar la comunicación verbal * Saber leer y escribir * Aplicar las cuatro operaciones aritméticas básicas * Edad mínima de 15 años * Ganas de aprender   Además para poder inscribirse, el aspirante deberá entregar la documentación siguiente:   * Acta de nacimiento * Comprobante de domicilio * CURP * Comprobante del último grado de estudios * Solicitud de inscripción con los datos requeridos   Lo anterior, de acuerdo con las Normas de Control Escolar de las Unidades de Capacitación para el Trabajo, autorizadas por la Dirección General de Centros de Formación para el Trabajo (DGCFT). |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CONTENIDOS** | | | NOMBRE |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |
| **1** |  |  | **HISTORIA DEL MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** |
|  | **1.1** |  | **Beneficios del masaje** |
|  | **1.2** |  | **Indicaciones y contraindicaciones del masaje** |
|  | **1.3** |  | **Elaboración de ficha clínica** |
|  | **1.4** |  | **El bambú y sus propiedades** |
|  | **1.5** |  | **Preparación del área** |
|  |  |  |  |
| **2** |  |  | **TÉCNICAS DE MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** |
|  | **2.1** |  | **Masaje en supino** |
|  | **2.2** |  | **Masaje en prono** |
|  | **2.3** |  | **Masaje facial** |
|  | **2.4** |  | **Puntos estratégicos de shiatsu en rostro** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES ACADÉMICAS** | | | |
| ASISTENCIA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 10 | 8 |  |
| EVALUACIÓN CONTINUA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 30 | 24 |  |
| EVALUACIÓN ESCRITA Y/O PRÁCTICA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 60 | 48 |  |
| HORAS DE PRÁCTICA | HORAS | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 20 | 16 |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | 1. **HISTORIA DEL MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá los beneficios del masaje con varas de bambú, elaborará la ficha clínica para proporcionar el servicio de masaje, tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene, | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| * 1. **Beneficios del masaje**   2. **Indicaciones y contraindicaciones**   3. **Elaboración de la ficha clínica**   4. **El bambú y sus propiedades**   5. **Preparación del área** | | ***Encuadre Grupal:***   * Integración grupal , presentación del instructor * Presentación del curso * Materiales didácticos * Forma de trabajo * Objetivo general, contenido temático, beneficios y forma de evaluación   ***Contextualización:***   * Proyección de videos de los servicios de las clínicas de masaje. * Invitación de un experto en medicina para complementar sus conocimientos.   ***Teorización:***   * El instructor explicará los beneficios del masaje, sus indicaciones y contraindicaciones. * El instructor explicará y demostrará como elaborar la ficha clínica del cliente. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación * Baño   ***Mobiliario:***   * Cama de masaje * Mesa de trabajo * Sillas   ***Material Didáctico:***   * Hoja clínica * Pizarrón * Proyector   ***Insumos:***   * Kit de varas de bambú * Sábanas blancas * Toallas blancas * Toallas faciales * Aceite para masaje * Rodillo para pies * Antifaz * Toallitas húmedas * Gel antibacterial | ***Evaluación diagnóstica:***   * Cuestionario * Documental   ***Evaluación formativa:***   * Cuestionario * Documental * De campo | 4 hrs. |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **1.- HISTORIA DEL MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando conocerá los beneficios del masaje con varas de bambú, elaborará la ficha clínica para proporcionar el servicio de masaje, tomando en cuenta las medidas de seguridad e higiene, | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | * El instructor explicará y demostrará las propiedades del bambú, así como preparar el área de trabajo, utilizando las medidas de seguridad e higiene   ***Ejercitación:***   * El alumno conocerá los beneficios del masaje, sus indicaciones y contraindicaciones. * El alumno elaborará la ficha clínica del cliente, para conocer su historial médico. * El alumno conocerá las propiedades del bambú, así como preparar el área de trabajo de manera más funcional y cuidar el ambiente del mismo, utilizando las medidas de seguridad e higiene   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso   Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático |  |  |  |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **2.- TÉCNICAS DE MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando proporcionará el servicio de masaje utilizando las técnicas con varas de bambú, tomando en cuenta la hoja clínica, para un servicio correcto, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| **2.1 Masaje en supino**  **2.2 Masaje en prono**  **2.3 Masaje facial**  **2.4 Puntos estratégicos de shiatsu en rostro** | | | ***Encuadre Grupal:***   * Presentación de la unidad * Materiales didácticos * Forma de trabajo * Objetivo de la unidad, contenido temático, y beneficios.   ***Contextualización:***   * Proyección de videos de los servicios de las clínicas de masaje. * Invitación de un experto en medicina para complementar sus conocimientos.   ***Teorización:***   * El instructor explicará y demostrará las técnicas de masaje con varas de bambú como son: supino, prono y facial, utilizando las medias de seguridad e higiene. * El instructor explicará y demostrará los puntos estratégicos del shiatsu, utilizando las medias de seguridad e higiene. | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de capacitación * Baño   ***Mobiliario:***   * Cama de masaje * Mesa de trabajo * Sillas   ***Material Didáctico:***   * Hoja clínica * Pizarrón * Proyector   ***Insumos:***   * Kit de varas de bambú * Sábanas blancas * Toallas blancas * Toallas faciales * Aceite para masaje * Rodillo para pies * Antifaz * Toallitas húmedas * Gel antibacterial | ***Evaluación formativa:***   * Cuestionario * Documental * De campo   ***Evaluación final:***   * Cuestionario * Documental * De campo | 16 hrs. |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | 1. **TÉCNICAS DE MASAJE CON VARAS DE BAMBÚ** | | | | |
| **PROPÓSITO:** | Al finalizar el curso el capacitando proporcionará el servicio de masaje utilizando las técnicas con varas de bambú, tomando en cuenta la hoja clínica, para un servicio correcto, utilizando las medidas de seguridad e higiene. | | | | |
|  |  | | | | |
| **DESARROLLO TEMÁTICO** | | **ESTRATEGIA DIDÁCTICA** | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
|  | | ***Ejercitación:***   * El alumno aplicará las diferentes técnicas correctas de masaje con varas de bambú como son: supino, prono, y facial. * El alumno conocerá y aplicará los puntos estratégicos del shiatsu en el rostro del cliente, utilizando las medias de seguridad e higiene.   ***Reflexión:***   * Coordinación de sesiones de retroalimentación al desempeño del capacitando y desarrollo del curso   Organización de sesiones para verificar el logro del contenido temático |  |  |  |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| 1 | 5 |  | 4 | 2 |
| 2 | 4 |  | 16 | 14 |
| **TOTALES** | **4** |  | **20** | **16** |

|  |
| --- |
| **BIBLIOGRAFÍA** |
| Masaje con piedras calientes  Editorial Dagmar Fleck  EDAF 2010  Manual práctico de las terapias de las zonas reflejas  Editorial Marguardt Hanne  2009 |

|  |
| --- |
| **CRÉDITOS** |
| INSTITUTO DE CAPACITACIÓN PARA EL TRABAJO DEL ESTADO DE QUINTANA ROO  ICAT- CHETUMAL  ELABORADO POR: MARÍA DEL ROCÍO SERAFÍN MORGAN  **Revisó:**  **JULIA ELENI PADILLA LEDESMA** |